

Must have i basic antiaging

Zima to najlepszy okres w roku, na wykonywanie mocnych zabiegów odmładzających. Do marca można bezpiecznie stosować m. in. ablacyjny laser frakcyjny. To według wielu ekspertów must have i basic wśród zabiegów odmładzających i przeciwstarzeniowych. Na czym polega jego fenomen i dlaczego to złoty standard w medycynie estetycznej? Zapytaliśmy o to dr. Marka Wasiluka, założyciela warszawskiej kliniki L'experta, autora eksperckiego bloga www.marekwasiluk.pl oraz książki „Młódziej. Anti-age. Jak wyglądać pięknie i naturalnie”, która we wrześniu miała swoją premierę.

Wśród metod medycyny estetycznej realnie odmładzających skórę, a nie kamuflujących efekty jej starzenia według dr. Marka Wasiluka, założyciela warszawskiej kliniki L'experta można wyszczególnić m.in.: laseroterapię, bardzo mocne peelingsi chemiczne (medyczne), dermabrazję oraz nakłuwanie. - *Każda z tych grup zabiegowych może stymulować skórę do odnowy. Ich działanie polega na wywołaniu pewnego rodzaju uszkodzenia w skórze, które jest bodźcem do rozpoczęcia naturalnych procesów naprawczych. W ten sposób dochodzi do poprawy jakości skóry, wygładzenia drobnych zmarszczek, zwiększenia napięcia i pogrubienia, a także nadania cerze świeżości oraz blasku. Zabiegi tego typu muszą więc być w pewnym stopniu mocne, ale dzięki temu są skuteczne. Historycznie rzecz biorąc to peelingsi chemiczne i dermabrazja były wykorzystywane w ten sposób, jako pierwsze. Są one jednak bardzo inwazyjne i skóra po nich długo się goi, co jest obarczone dużym ryzykiem powikłań w postaci powstawania blizn i przebarwień pozabiegowych. Z tych powodów w ostatnich latach już się ich praktycznie nie stosuje – tłumaczy lekarz.*

Obecnie z wymienionej grupy metod odmładzających, wykorzystywane są: nakłuwanie w postaci różnego rodzaju radiofrekwencji mikroigłowej, dermapenów czy rollerów oraz laseroterapia, a dokładnie lasery frakcyjne. Każda z tych metod ma nieco inne wskazania. Nakłuwanie w kontekście odmładzania jest przeznaczone dla ludzi z młodszej grupy wiekowej i wymaga powtórzeń większej ilości zabiegów dla uzyskania dobrych rezultatów. Mikrodermabrazja i peelingsi zostały więc zastąpione przede wszystkim przez laseroterapię, która działa bezpiecznie, a przy tym pozwala uzyskać bardzo dobre efekty terapeutyczne. To obecnie złoty standard w odmładzaniu skóry!

Lasery frakcyjne

Wśród laserów frakcyjnych do wyboru są lasery ablacyjne i nieablacyjne. Dr Marek Wasiluk twierdzi, że różnica w ich działaniu jest bardzo duża. Ablacyjny laser frakcyjny działa w dwóch mechanizmach. Powoduje natychmiastowe, bardzo mocne podgrzanie i odparowanie wody w skórze, a wraz z nią wypalenie tkanki (to efekt ablacji). Trzeba jednak dodać, że robi to punktowo, dziurkując skórę, zaś między uszkodzonymi fragmentami zostawiając obszary nietkniętej tkanki. Dzięki temu skóra szybciej się goi i zabieg jest zdecydowanie bardziej bezpieczny niż wspomniane dermabrazja czy inwazyjne peelingsi medyczne. Takie uszkodzenie skóry przez ablacyjny laser frakcyjny, powoduje w kolejnych dniach bardzo mocne złuszczenie naskórka, a przez to odświeżenie, wyrównanie kolorytu i poprawienie nawilżenia skóry. Ale to nie wszystko! W efekcie zabiegu pobudzone są wszystkie procesy regeneracyjne. Organizm całą masę drobnych uszkodzeń odbiera, jako jedną dużą ranę,

którą należy wygoić. Produkuje więc dobroczynne substancje - białka szoku cieplnego stymulujące gojenie i regenerację. Przez następne miesiące wytwarzane są kolagen i elastyna. Skóra odnawia się, ujędrnia i pogrubia. Jej rusztowanie staje się silniejsze i bardziej zwarte, dzięki czemu zmarszczki zanikają.

- Ablacyjny laser frakcyjny, który preferuję spośród grupy tych urządzeń, daje efekt dwa w jednym! Lubię mówić, że to zabieg „must have”, czyli obowiązkowy zabieg każdej osoby, która chce długo wyglądać młodo i świeżo. To też „basic”, czyli podstawowa metoda w dbaniu o dobry wygląd skóry! Od niej często należy zacząć przygodę z medycyną estetyczną – radzi specjalista kliniki L'experta.

Dr Marek Wasiluk ablacyjny laser frakcyjny poleca pacjentkom już od ok. 30-35 roku życia, u których w tym wieku znakomicie sprawdza się, jako metoda anti-ageing. Wykonywany raz w roku pozwala zachować bardzo dobrą jakość skóry i przy okazji nadaje promienny wygląd, za co jest uwielbiany. U osób w średnim wieku, które skończyły 45 lat i u których proces starzenia postępuje szybciej, zabieg jest już bardzo wskazany. Wykonywany dwa razy w roku, pozwala poprawić wygląd skóry, zniwelować zmarszczki oraz utratę jędrności. Natomiast u kobiet po 60-tce jest to podstawowe narzędzie odmładzające skórę, które należy wykorzystywać co najmniej dwa, a czasami nawet trzy razy w roku! Częstotliwość wykonywanych zabiegów, ich parametry, a więc moc i to czy sam ablacyjny laser frakcyjny wystarczy, zależy od indywidualnych uwarunkowań danej osoby i tego jak bardzo postąpiły u niej procesy starzenia. Jednak na pewno ta metoda powinna znaleźć w palnie zabiegowym każdej osoby, która chce zadbać o młodość swojej skóry!

Jak więc działają nieablacyjne lasery frakcyjne? One jedynie podgrzewają skórę, nie wypalają jej! Przez to ich działanie jest łagodniejsze i nie powoduje efektu złuszczenia naskórka. W praktyce oznacza to krótszy czas gojenia, ale również dużo słabszy efekt odmładzający i brak odświeżenia. Aby laserem nieablacyjnym uzyskać podobny rezultat w poprawie jakości skóry, jaki daje jeden zabieg laserem ablacyjnym, należy wykonać znacznie więcej powtórzeń (nawet ok. ośmiu). To oznacza wyższe koszty takiej terapii i zajmuje to dużo więcej czasu. Mimo to zabieg może mieć swoich zwolenników np. osoby, które nie mogą lub nie chcą pozwolić sobie na kilkudniową rekonwalescencję. Z mojego doświadczenia wynika, że opracowana przeze mnie autorska procedura zabiegowa na tego typu urządzeniu przynosi dobre efekty w przypadku osób z młodszej grupy wiekowej i szczególnie na odmładzanie górnych partii twarzy – czoła i okolicy oczu (szczególnie dolnej powieki). U osób starszych zabiegi te są mało efektywne.

Co jeszcze należy wiedzieć?

Zabieg ablacyjnym laserem frakcyjnym wykonywany jest zawsze w miejscowym znieczuleniu. Po zabiegu skóra jest czerwona, obrzęknięta i szorstka oraz przez kilka godzin można odczuwać pieczenie i dyskomfort. Zabieg można stosować na różne części ciała, które narażone są na szybkie starzenie, a więc nie tylko na twarz, ale również szyję, dekolty czy dłonie i każdą okolicę ciała. Bardzo dobrze sprawdza się w poprawie jakości zwiotczącej skóry na brzuchu czy biuście po ciąży, zwiotczonych pośladków. Jest to też skuteczne narzędzie w odmładzaniu zewnętrznych i wewnętrznych okolic intymnych, obkurczaniu pochwy. Złuszczenie i gojenie trwają zazwyczaj kilka dni.

Obszaru poddanego zabiegowi przez kilka tygodni nie można wystawiać na działanie promieniowania UV, które może spowodować powikłania w postaci przebarwień. Z tego też powodu jesień i zima są najlepszymi porami na wykonywanie tego typu zabiegów. To, jak przebiega rekonwalescencja po ablacyjnym laserze frakcyjnym, zależy od kilku czynników m. in. od tego jak mocno zabieg został wykonany. Efekty pojawiają się na przestrzeni kilku miesięcy, tyle bowiem trwa pełny proces neokolagenezy, ale co ważne są one trwałe!

- Warto dodać, że ablacyjny laser frakcyjny ma również inne zastosowania. To bardzo silnie narzędzie, które w rękach odpowiedniego specjalisty może pomóc w pozbyciu się wielu problemów estetycznych. Oprócz odmładzania skóry sprawdza się również m.in. w redukcji porów, usuwaniu różnego rodzaju blizn czy niektórego typu rozstępów. Działa tam, gdzie trzeba odbudować nieprawidłową strukturę skóry. Jest również narzędziem stosowanym w usuwaniu defektów po nieudanych zabiegach medycyny estetycznej – wyjaśnia dr Marek Wasiluk.

Zawsze powtarzam, że nie ma uniwersalnego zabiegu, jednak ablacyjny laser frakcyjny znajduje zastosowanie w wielu przypadkach, a w kontekście odmładzania sprawdzi się u większości osób.

Informacje o ekspercie:

Dr Marek Wasiluk – właściciel warszawskiej kliniki L'experta (www.lexperta.pl). Specjalista medycyny estetycznej. Prekursor wielu metod leczenia. Jako pierwszy i jedyny Polak, ukończył studia MSC in Aesthetic Medicine (studia magisterskie, Medycyna Estetyczna) w szkole Barts and The London School of Medicine and Dentistry na prestiżowym uniwersytecie Queen Mary University of London. Otrzymał lokatę z wyróżnieniem. Autor eksperckiego bloga www.marekwasiluk.pl i książek pt. „Medycyna estetyczna bez tajemnic” oraz „Młódziej. Anti-age. Jak wyglądać pięknie i naturalnie”, która we wrześniu ukazała się na rynku.